

INVECCHIAMENTO ATTIVO
Prevenzione
Promozione della Salute
INVECCHIARE ATTIVAMENTE

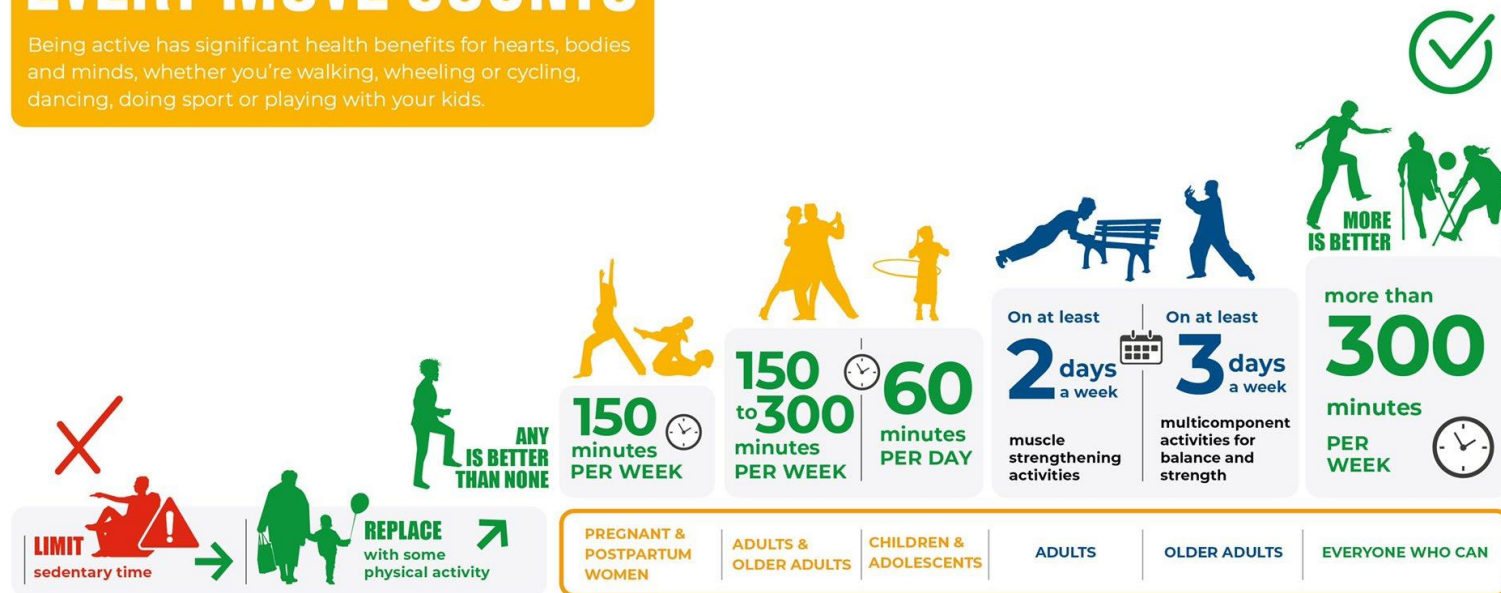
Corrado Celata – UO Prevenzione DG Welfare
10 luglio 2023



PROCESSO E ATTENZIONI LUNGO TUTTA LA VITA, IN OGNI CONTESTO

EVERY MOVE COUNTS

Being active has significant health benefits for hearts, bodies and minds, whether you're walking, wheeling or cycling, dancing, doing sport or playing with your kids.



WHO guidelines on physical activity and sedentary behaviour (2020).
For more information, visit: www.who.int/health-topics/physical-activity

LET'S
Be active
Everyone
Everywhere
Everyday

World Health
Organization

INDIVIDUO + COMUNITA' – AZIONI + CAMBIAMENTO CULTURALE

Alcuni spunti ...

- **COSA ?** Attenzione specifica **NON** necessariamente «a tema»
- **COME ?** Approccio globale,
Cambiamento culturale
- **DOVE ?** Salute in tutte le politiche
- **CHI ?** Tutti, tutti (professionisti,
organizzazioni, cittadini)

CAMBIAMENTO CULTURALE STRATEGIE – TEMPI LUNGH

Approccio intersettoriale integrato

PROMOZIONE ATTIVITA' FISICA E MOVIMENTO

(in tutte le fasi di vita, con attenzione
specificata over 45 anni)



CAMBIAMENTO

Approccio intersettoriale integrato

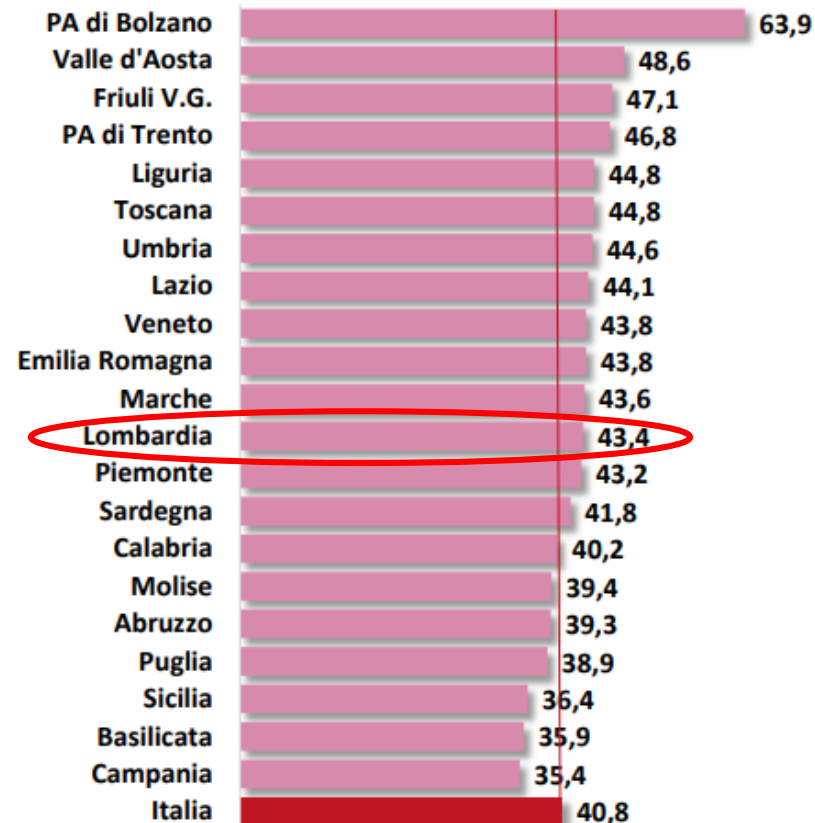
STRATEGIE – TEMPI LUNGHI



Alcuni dati: attività fisica e movimento nella popolazione lombarda

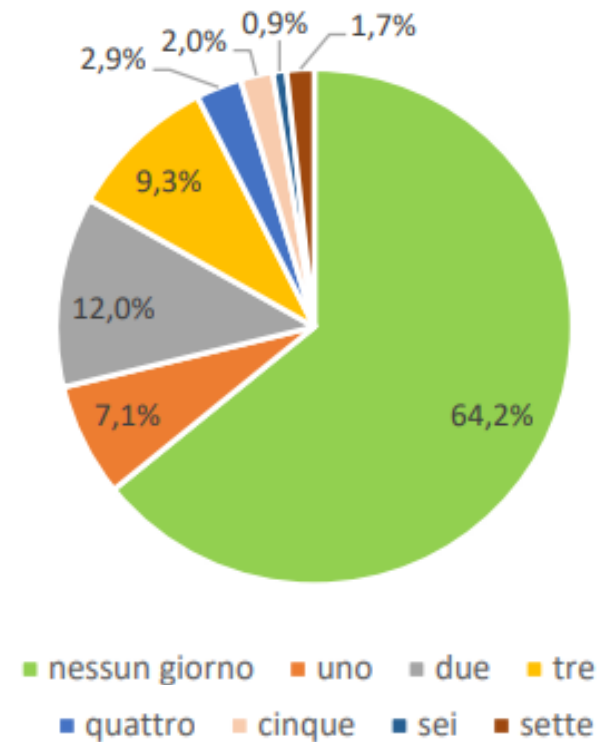
Dati HBSC (2022)

Percentuale di ragazzi e ragazze che svolge attività fisica per almeno quattro giorni a settimana (60 minuti al giorno), per Regione



Dati Istat (2019)

Giorni in cui l'intervistato pratica sport, fitness o un'attività ricreativa per almeno 10 minuti consecutivi. Valori percentuali.



Linee guida per la programmazione: documenti di riferimento internazionali e nazionali

- 2018: «**Piano d'azione globale per promuovere l'attività fisica (2018 -2030)**» (WHO)
- Marzo 2019: **Accordo Stato-Regioni** per adozione de «**Linee di indirizzo sull'attività fisica** per le differenti fasce d'età e con riferimento a situazioni fisiologiche e fisiopatologiche e a sottogruppi specifici di popolazione»
- 2019: «**Linee guida su attività fisica, comportamento sedentario e sonno per i bambini sotto i 5 anni**» (WHO)
- Settembre 2020: **PNP 2020-2025**
- Novembre 2020: «**Linee guida su attività fisica e comportamenti sedentari**» (WHO)
- Novembre 2021: «**Linee di indirizzo sull' attività Fisica**» (Ministero della Salute)

Linee di indirizzo sull'attività fisica: principi fondamentali

- ✓ Fornire elementi di policy di sistema e orientamento sulle azioni necessarie per contrastare sedentarietà e inattività fisica (in accordo con PNP 2020-2025)
- ✓ Promuovere equità e inclusione dei soggetti vulnerabili
- ✓ Favorire una maggiore omogeneità di intervento a livello nazionale
- ✓ Descrivere i benefici dell'attività fisica per ciascuna fascia d'età e in riferimento a situazioni fisiologiche patologiche
- ✓ Approfondire importanza dell'attività e dell'esercizio fisico nella prevenzione e nella gestione delle malattie croniche non trasmissibili (MCNT)

Intersectorialità

Health in All Policies

Equità

Inclusione

Approccio per
setting e life-course

Regione Lombardia: stato dell'arte



Superare i progetti... sviluppare Programmi...



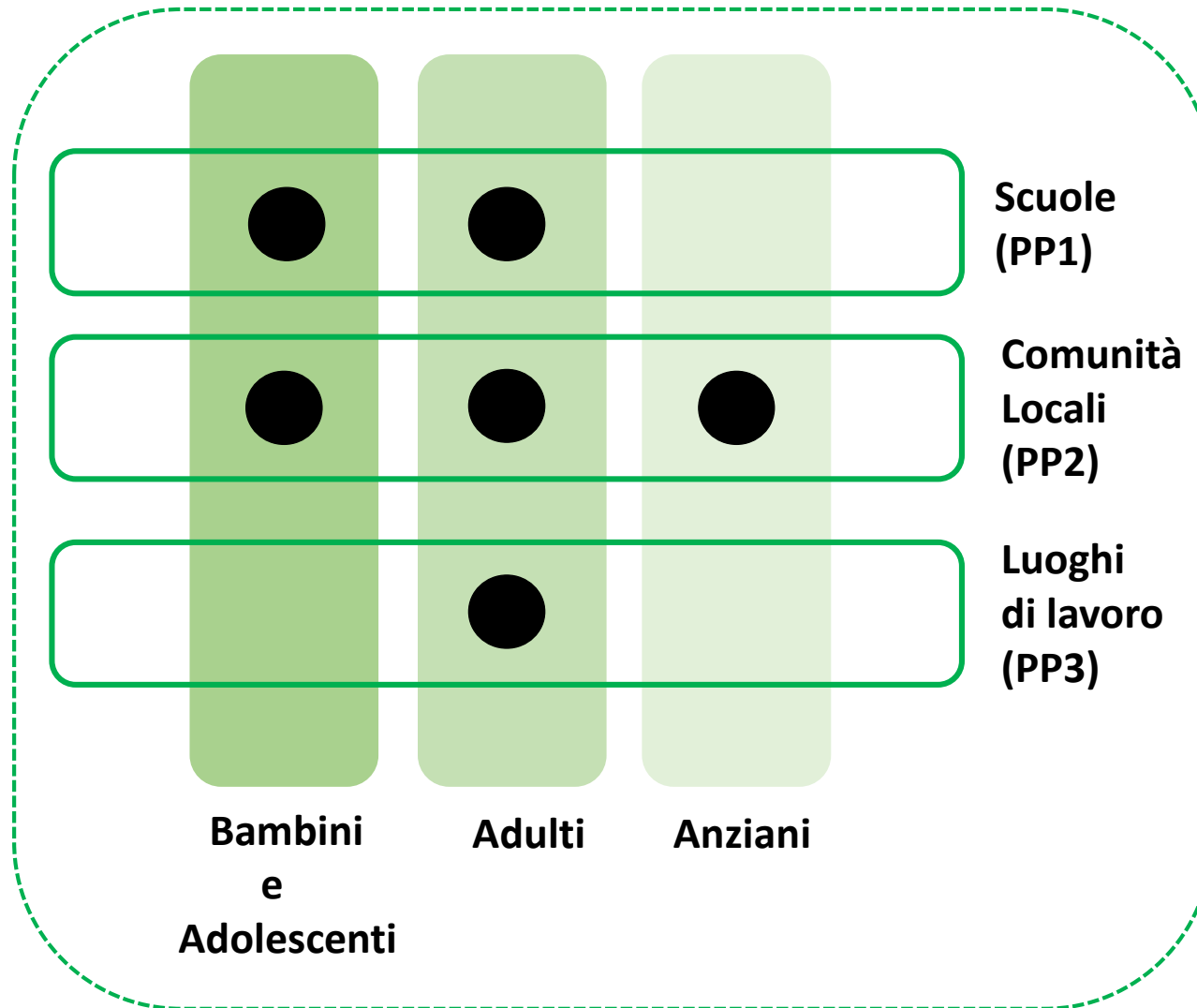
Appropriatezza

Impatto

Sostenibilità

Equità

Attività fisica e movimento nel PRP 2021-2025




Intersettorialità – Equità – Inclusione


Health literacy

formalizzare e diffondere conoscenza e consapevolezza

Indicazioni per “rendere facili” “stili di vita attivi”
in ambiente scolastico in epoca Covid-19



Novembre 2020

 Regione Lombardia

www.regione.lombardia.it



SCUOLA IN MOVIMENTO

Promuovere
stili di vita attivi
secondo il modello
della Scuola che
Promuove Salute



  guadagnare salute    Regione Lombardia   Scuola / in Promuovere Salute Lombardia www.scuolapromuovesalute.it info@scuolapromuovesalute.it

COUNSELING MOTIVAZIONALE BREVE IN SETTING OPPORTUNISTICI

Rafforzare l'offerta per il cambiamento degli stili di vita, anche attraverso **percorsi di aggiornamento e formazione per i professionisti sanitari e sociosanitari** (MMG, PLS, Medici competenti, ecc.)



Regione
Lombardia

LABORATORI PERMANENTI SU ATTIVITÀ FISICA E MOVIMENTO NELLE ATS E NELLE ASST

Costituzione di un Laboratorio Regionale permanente e di Laboratori Locali (ATS e ASST) multistakeholder, permanenti per la sensibilizzazione e per l'attuazione di programmi di attività fisica e/o sportiva adattata all'età (Atenei, Enti Locali, ASST, Movimenti e Associazioni sportive, Gestori strutture sportive, Terzo settore, ecc.)



Regione
Lombardia

REGIONE LOMBARDIA

*Healthy Ageing
Reference Site*

a 4 Stelle



Regione
Lombardia

Promozione della salute in Lombardia

Risorse per lo sviluppo di politiche integrate

Salutogenesi
Engagement
Efficacia
Health literacy
Sostenibilità
Empowerment
Partecipazione
Accountability
Equità
Multidisciplinarietà



European Innovation Partnership on Active and Healthy Ageing



- Partnership Europea per l'Innovazione sull'invecchiamento attivo e in buona salute che prevede una collaborazione tra la Commissione Europea e i Paesi della UE
- Prevede la partecipazione attiva di Regioni, comunità locali, ospedali, organizzazioni e imprese del settore, per garantire un approccio globale e integrato alla cura e all'assistenza
- Rete composta da 103 Reference Sites (RSCN) riconosciuta dalla Commissione Europea con la finalità di implementare e convalidare buone pratiche
- Ogni Reference site viene valutato attraverso l'assegnazione di un numero di «stelle» (4 per RL)

LE STRATEGIE

- Cambiamento del focus: da invecchiamento attivo a promozione di uno stile di vita sano per favorire l'invecchiamento attivo (**approccio life course**)
- Modello a quattro eliche (**intersettorialità**)
- Presenza di un modello di **governance integrata**
- Identificazione di **buone pratiche validate** e replicabili in altre regioni EU

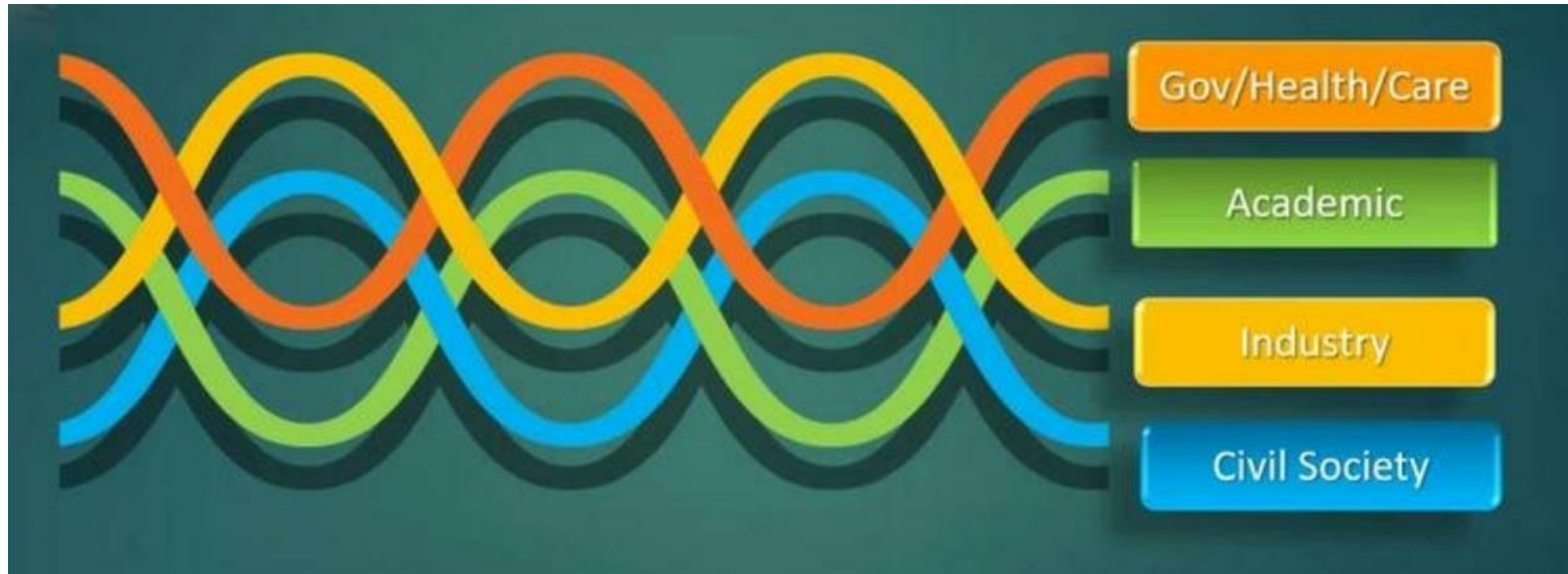


**TRASVERSALITÀ
CON
PRP 2021-2025**

+

**PIANO
CRONICITÀ**

Approccio Multilivello – Multistakeholder «le quattro eliche»



Una risorsa anche nel campo dell'»invecchiamento attivo»

Gli elementi principali alla base del riconoscimento

1 Livello di impegno politico e finanziario	2 Infrastruttura per trasferimento delle conoscenze	3 RS attivo in altri progetti EU	4 Triple win approach	5 Trasformazione digitale	6 Presenza di buone pratiche
<ul style="list-style-type: none"> - Approccio di comunità da PRP 2021-2025 (multicomponente, per ciclo di vita, per setting, intersettoriale) - Ruolo di governance assunto da RL e territorialmente da ATS - Sviluppo di programmi preventivi regionali (Pedibus, Gruppi di cammino) - PRP 2021-2025: PP2 e PL20 	<ul style="list-style-type: none"> - Piano formativo PRP 2021-2025 - Raccordo con progetti CCM (azioni centrali, wahps, ecc.) - Sviluppo di piani di azioni e strumenti di comunicazione (es: piano GAP) - Diffusione di documentazione tecnica e materiale informativo (siti web, newsletter, ecc.) 	<ul style="list-style-type: none"> - CHRODIS 	<ul style="list-style-type: none"> - Intersettorialità quale principio fondamentale per prevenzione MCNT - Coinvolgimento degli stakeholders appartenenti ai diversi setting (scuola, lavoro, comunità locali, setting sanitario) - Piani di settore, protocolli d'intesa, accordi, ecc 	<ul style="list-style-type: none"> - Piattaforma «stili di vita» 	<ul style="list-style-type: none"> -WHP - Gruppi di cammino

Grazie per l'attenzione !

corrado_celata@regione.lombardia.it

www.promozionesalute.regionelombardia.it